



医師が専門分野について  
わかりやすく講演します。  
多数ご来場ください。

第13回  
市民のための  
**学術講演会**  
綾部市立病院

8/5(土)午後1:30~  
I・Tビル2階(西町1丁目)

—演者— ※順不同

志賀浩治	循環器内科
石井道明	消化器内科
茂原慶一	小児科
清水佑一	整形外科
中村雄一	泌尿器科

入場無料

お問い合わせ 綾部市立病院 管理課 TEL0773-43-0123

**第43回 あやべ盆おどり大会**  
8月15日(火)午後7時~8時40分

今年も盆おどり会場は「あやべグンゼスクエア」  
仲間と一緒に輪になって踊ろう!参加「連」募集中!  
☆参加希望の方は、事務局へお問い合わせください☆

※「連」は人数の多寡は問いません。  
※「連」の名前を記載したプラカードをご用意ください。

**第3回 あやべ夏あかり**  
8月11日(金・祝)~15日(火)午後7時~9時  
※11日 午後7時~ 点灯式

あやべグンゼスクエア内、綾部バラ園や特産館前広場、グンゼ博物苑広場を会場に、綾部の特色を表現したさまざまなテーマの「創作あかり」を設置。お盆の夜を彩る光のファンタジーを楽しみに、ぜひお越しください!

<問い合わせ> 観光協会 (同大会実行委員会事務局)  
電話(42)9550

**介護者家族教室**  
~高齢者を介護されているご家族  
これからに備えて学びたい方へ~

開催日時	内容、開催場所など
8月2日(水) 午後1時30分~3時30分 ※申し込み必要	<p>テーマ: みんなで作ろう 簡単 やさしい高齢者の食事</p> <p>講師: 社会福祉法人 松寿苑 管理栄養士 盛香枝さん</p> <p>会場: 保健福祉センター(青野町)</p> <p>持ち物: エプロン、タオル、三角巾</p> <p>&lt;申し込み・問い合わせ&gt; 社会福祉協議会 電話(43)2881 高齢者支援課 電話(42)4262</p>
9月30日(土) 午前10時~午後4時	<p>テーマ: 認知症について</p> <p>講師: 京都協立病院 院長 門 祐輔さん(認知症サポート医)</p> <p>会場: いこいの村地域交流室 (十倉名畑町)</p> <p>&lt;問い合わせ&gt; 東部地域包括支援センター 電話(21)5295</p>

**~知って安心! 認知症~  
認知症サポーター養成講座**

認知症サポーターとは、認知症について正しく学び、地域や職場で認知症の人や家族を見守り支援する人です。「養成講座」で学んだことを家族や友人に伝えていくことや近所で出会う認知症の人に声を掛けるなど、できる範囲内での支援をお願いしています。

★講座は約60~90分  
自治会やグループ、学校、事業所などへ出張して講座を開催します。

★講座終了後は、認知症の人を支援するという意思を示す目印の**オレンジリング**をお渡ししています。

<申し込み・問い合わせ>  
社会福祉協議会 電話(43)2881  
高齢者支援課 電話(42)4262

夏休みの自由研究に♪

**「男女共同参画社会づくり」  
図画・ポスター募集**

「男女が共にいきいきと学び、働く姿」や「家族みんなでやる家事・育児」など、共に力を合わせて参画する「男女共同参画社会」を表現した絵画を募集します。

★最優秀賞…図書券3,000円  
★優秀賞…図書券1,000円 ★入選…図書券500円  
★キャッチフレーズ賞…図書券3,000円  
応募者全員に参加賞もあります♪

◆対象 市内の小中学校に在学中の児童・生徒  
◆締切 8月31日(木)※提出は学校へ  
◆詳しくは市ホームページ  
→あいセンターのページへ

<問い合わせ>  
あいセンター 電話・ファクス(42)1801

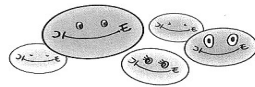
人権福祉センター綾部会館  
**パソコン講座 受講生募集**

多くの方がパソコンを活用できるよう、また、参加者の交流を図るため、下記の日程でパソコン講座を開催します。“少しステップアップしたい”という方、ぜひご参加ください。お待ちしております!

◆エクセルステップアップコース(全6日)  
日程: 8月21日(月)、23日(水)、24日(木)、28日(月)、30日(水)、31日(木)

受講料: 1,000円 ※テキスト代別途必要  
定員: 30人 ※申込多数の場合は抽選とします  
昼の部: 午後2時~4時  
夜の部: 午後7時~9時  
場所: 綾部会館(味方町)

<申し込み・問い合わせ>  
綾部会館 電話・ファクス(42)8565



## 出張ハローワーク！ ひとり親全力サポートキャンペーン

綾部市役所内にハローワークの臨時窓口を設置します！（子育て中のお父さんお母さんが対象です）

日時 8月4日(金)、14日(月)

午後2時～4時30分

場所 綾部市役所西庁舎 2階 会議室

※仕事探しに関することなら、何でも気軽にご相談ください。

<問い合わせ>ハローワーク綾部 電話(42)8609

## 森林を取得したときは届け出を

個人・法人にかかわらず、売買や相続、贈与、法人の合併などで森林を取得した場合は「森林の土地の所有者届出書」を提出していただく必要があります。森林の所有者となった日から90日以内に、市役所へ届け出てください。

届け出には、登記事項証明書や土地売買契約書の写しなど、土地を取得したことが分かる書類のほか、その土地の位置を示す図面も添付してください。

提出先：農林課

※届出書は農林課にあります。

<問い合わせ>

農林課 電話(42)4362

## もの忘れ相談

市では、高齢者やその家族を対象に「もの忘れ相談」を実施しています。相談に応じるのは、専門医で、家族から認知症の方への接し方や声掛け、不安への対処方法などをアドバイス。また、認知症への不安を感じている高齢者の悩みなどの相談にも応じます。

相談は、家族のみでもできます。相談の内容に応じて地域包括支援センターの職員が適切な支援を行います。お気軽にご相談ください。

相談日 9月11日(月)

時間 午後1時30分～3時30分

場所 綾部市役所 本庁舎2階

定員 先着2組

※事前申し込みが必要です。

<申し込み・問い合わせ>

市地域包括支援センター（高齢者支援課内）

電話(42)4262



## 第1回人権を考えるセミナー

「人権（同和）問題の解決に向けて～人権について自分を振り返ってみませんか～」

◆講師 味岡一博（三重県人権センター）

◆日時 8月31日(木)午後7時～

◆場所 中央公民館中央ホール（里町）

※保育ルーム・要約筆記などを希望する人は、2週間前までに電話かファクスでお申し込みください。

■送迎バスの運行

綾部駅南口（18:30）→府綾部総合庁舎前（18:35）

→中央公民館（18:45）

■主催：市教育委員会

<問い合わせ>

社会教育課 電話(42)4326、ファクス(43)0991

## 未来の地球のために、いま 夏の「COOL CHOICE(賢い選択)!!」

- ★冷房の設定温度を28℃に！
- ★軽装で快適に過ごす！
- ★買替えるなら省エネ家電を！
- ★使用していない機器のスイッチはOFF！

あやバスなど公共機関を利用して  
クールスポットへかけましょ



【この夏のクールスポット】

詳細は、本紙8ページに掲載しています。

<問い合わせ>環境保全課 電話(42)1489

## オオキンケイギクは特定外来生物です！

オオキンケイギクを処理する場合・・・

根から引き抜き、ビニール袋に詰めて、現場付近で2～3日天日にさらすなど枯死させ、燃やさないで処理するごみとして処理してください。

オオキンケイギクの特徴・・・

花の色は黄色っぽいオレンジ色で  
大きさは5～7cmくらい。  
開花時期は5～7月ごろ。  
多年草であり、前年あった場所には、翌年も発生する可能性が高いと考えられます。



特定外来生物に指定された生物を飼育・栽培・販売・譲渡・野外に放つことなどを原則禁止しています。

◎きれいな花だからといって、自宅の庭や花壇に植えては、絶対いけません！

<問い合わせ>環境保全課 電話(42)1489

クールスポットへのお出掛けには、ぜひあやバスをご利用ください。



### 新築市営住宅の入居者を募集

市では、1団地において新築市営住宅の入居者を募集します。募集団地などは以下のとおりです。

募集団地	募集戸数	月額家賃	備考
ボヌール (味方町)	3戸	16,000円～	単身用(1LDK)
	2戸	21,200円～	世帯用(2LDK)

※応募者が多数の場合は抽選となります。記載の家賃は、建築条件・入居者の所得により変動します。

申込受付：8月21日(月)～31日(木)

★詳しくは8月1日(火)から建築課で配布する募集案内書をご覧ください。

<問い合わせ>  
建築課 住宅・空家等対策担当 電話(42)4284

### 借上型市営住宅の事業者を募集

市では、借上型市営住宅を整備していくため、賃借可能な物件を建設または既存住宅を賃借できる事業者を募集します。

○募集総数：15戸程度

(1LDK、2LDKを各7～8戸)

※1棟全て借上げられることが条件です。

○住宅形式：共同住宅または長屋住宅

○借上期間：最長20年

○申込期限：9月15日(金)

<問い合わせ>  
建築課 住宅・空家等対策担当 電話(42)4284

## 男性クッキング

日時 8月29日(火)  
午前10時～午後2時(予定)

場所 保健福祉センター2階  
(青野町東馬場下15-6)

持ち物 エプロン、三角巾(手ぬぐいなど)

対象 高校生以上の男性(市内在住、在勤、在学)

費用 600円程度(材料費)

申込み 8月25日(金)までにあいセンターへ



メニュー  
・しょうが焼き丼  
・じゃがいもとたまねぎのみそ汁  
・ほうれん草のごまよごし

<問い合わせ>  
あいセンター 電話・ファクス(42)1801

綾部市男女共同参画を考える講座「あいアカデミー特別講座」

## 働く女性の活躍応援セミナー

### 「綾部市で学ぶ・つながる」

仕事のスキルアップをしたい方。他の人のワーク&ライフを聞いてみたい方。どなたでもご参加いただけますので、気軽に楽しく交流しましょう。

◆第1回【8月9日(水)午後1時30分～4時30分】  
職場の「コミュニケーションストレス」解消法

◆第2回【8月23日(水)午後1時30分～4時30分】  
様々な場面・仕事で使える「ロジカルシンキング」

場所 1・Tビル多目的ホール(西町一丁目)  
対象 綾部市内在住・在勤の女性  
申込期限 7月26日(水)

<申し込み・問い合わせ>  
あいセンター 電話・ファクス(42)1801



## 平成29年度自衛官等募集案内

- ① 航空学生 <資格> 海：18歳以上23歳未満の者 高卒・高専3年次終了者(見込含)  
空：18歳以上21歳未満の者 高卒・高専3年次終了者(見込含)
- ② 一般曹候補生 <資格> 18歳以上27歳未満の者
- ③ 自衛官候補生 <資格> 18歳以上27歳未満の者

- ◆ 受付期間 ①・② 7月1日～9月8日 ③ 年間を通じて
- ◆ 試験期日 ① 1次：9月18日 2次：10月17日～22日 3次：11月18日～12月21日  
② 1次：9月16日～18日 2次：10月5日～11日  
③ 受付時にお知らせします
- ◆ 合格発表 ① 1次：10月10日 2次：(海)11月14日/(空)11月6日 最終：30年1月22日  
② 1次：9月29日 最終：11月10日  
③ 合格発表日は試験日にお知らせします

詳しくはお問い合わせください。<問い合わせ> 自衛隊福知山地域事務所 電話・FAX：0773(23)0416

～あやべ温泉休館日のお知らせ～ 毎月第2・4月曜日定休(祝日の場合は、翌火曜日)  
【休館日程：7月24日、8月28日】※8月14日(月)は営業いたします



# あやちゃん健康だより

<問い合わせ>  
保健推進課  
電話0773(42)0111  
FAX0773(42)5488

## できていますか？熱中症対策！

— 7月1日～31日は熱中症予防強化月間 —

気温や湿度の高い日が続くこの時期は、熱中症を発症する危険があります。熱中症は、ときに命を落とすことがあります。子どもや高齢者は特に注意が必要です。昼間や屋外だけでなく、夜間や屋内でも熱中症を発症することがありますので、対策を考えてみましょう！

### ☀️ 予防のポイント

- こまめに水分補給をしている
- エアコン・扇風機を上手に使用している
- シャワーやタオルで体を冷やす
- 部屋の温度を測っている
- 暑い時は無理をしない
- 涼しい服装をしている  
外出時には日傘、帽子
- 部屋の風通しを良くしている
- 緊急時・困った時の連絡先を確認している
- 涼しい場所・施設を利用する

### ☀️ こんな症状は熱中症かも

- 軽度** ↓ めまい、立ちくらみ、筋肉痛、汗が止まらない
- 中等度** ↓ 頭痛、吐き気、体がだるい
- 重度** ↓ 意識がない、けいれん、高体温

### ☀️ 熱中症かなと思ったら

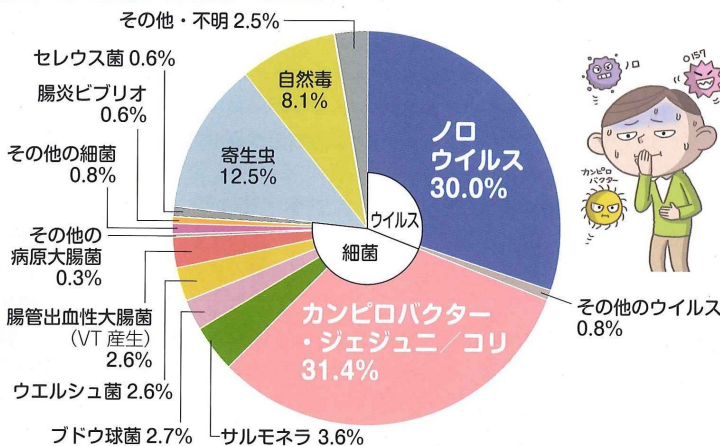
- 日陰や室内など涼しい場所に移動しましょう
- 衣服をゆるめ、首や脇、足のつけ根を冷やしましょう
- 経口補水液などで水分と塩分を補給しましょう  
↳ 水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの

**自力で水が飲めない、意識がない場合は  
すぐに救急車を呼んでください！**

## 食中毒に気をつけて！！

7月1日～9月30日は「食中毒予防推進強化期間」です。高温多湿となるこの時期は食中毒が発生しやすくなります。

### 食中毒の原因（件数）の割合



食中毒予防三原則、食中毒菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を心がけ、次のような事を実践しましょう。

- 石けんでよく手を洗う
  - 食品は十分加熱する
  - 台所や調理器具を清潔に保つ
  - 食べ物は室温に長く置かず、早めに食べきる
- 下痢、腹痛、発熱、おう吐など食中毒の疑いがありましたら、すみやかに医師さんにかかりましょう。

## 日本脳炎ワクチンが不足しています！

平成28年の熊本地震の影響でワクチン工場が被災したことに伴い、5月に化血研の日本脳炎ワクチンの出荷が停止になりました。

供給が再開されるまで（H30年1月以降の予定）今後さらに全国的に日本脳炎ワクチンが品薄状態になることが懸念されます。

定期接種対象者の接種機会を確保できるよう、予約を断られるなど接種ご希望の方にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

**定期接種1期（1回目・2回目）、定期接種の対象年齢期限が間近な方が最優先されます。**

